

## Estos son los 10 Mejores Restaurantes Sin Gluten de 2018

Abr 15, 2019 | Últimas noticias, Viajes |



**La web y App de Restaurantes Sin Gluten, Celicidad, ha publicado los datos recogidos por sus más de 5.000 usuarios que dan lugar al Ranking de los Mejores Restaurantes Sin Gluten de España 2017-2018. Tres asturianos, dos madrileños y restaurantes de Valladolid, Cádiz, Córdoba, Zaragoza y Barcelona ocupan el listado de este año.**

Más de 5.000 usuarios de más de 45.000 descargas que suma la App Celicidad, han votado a lo largo del año para elaborar el ranking con los restaurantes con opciones sin gluten que destacan en cuanto a su calidad gastronómica, "premiando también la seguridad, que es el punto más importante para los celíacos cuando salen a comer fuera de casa", apunta Juan Luis Quirós, director de la App Celicidad.

Así el número uno es para un restaurante cordobés, **Sociedad de Plateros María Auxiliadora**, que ofrece una amplia carta sin gluten basada en la tradición gastronómica cordobesa con platos adaptados como salmorejo, flamenquines e incluso croquetas de rabo de toro.



En segunda posición, toda una referencia en gastronomía sin gluten, **Casa Niembro, en Asiegu, Cabrales**, el restaurante que en las dos ediciones anteriores del ranking ha ocupado la primera posición, pasa en esta ocasión a la segunda y sigue obteniendo resultados y valoraciones de sobresaliente por su cocina 100% sin gluten en la que destacan los tortos de maíz, el cordero xaldu a la sidra y postres como la tarta de frixuelos o el helado de turrón con barquillo.

El madrileño **Okashi Sanda**, un restaurante tradicional japonés también 100% sin gluten, ocupa la tercera posición de este ranking. En su carta encontramos platos tradicionales que además sin gluten no llevan ni lactosa ni azúcares refinados.



Completan el ranking, en este orden, el **Restaurante Niza**, de Valladolid; el **Fartuquín**, de Oviedo, el **As de Bastos de Madrid**, **Taberna Cabildo** en Sanlúcar de Barrameda, **Sidrería Nava**, en Gijón, **Cal Marius 449**, en Barcelona y **La Jaula de Grillos** en Zaragoza

## Celiacos: seguridad ante todo

Debido a la moda de eliminar el gluten de la dieta, sin prescripción médica, el número de restaurantes sin gluten que encontramos a día de hoy se ha incrementado de forma considerable pero sin tener en cuenta las exigencias que requiere la dieta sin gluten de celiacos y sensibles al gluten.

Y es que el único tratamiento a día de hoy para las personas con estas dos patologías es una dieta sin gluten estricta y de por vida y ello supone evitar en todo momento la contaminación cruzada.

Es por esta razón que los restaurantes sin gluten deben ser estrictos y responsables para evitar la contaminación cruzada y sólo cuando son capaces de evitar las trazas son realmente seguros para los celiacos. **“Si no son capaces de evitar la contaminación cruzada, no son aptos para celiacos y por tanto no están en esta App”**, apunta Quirós.

El objetivo del ranking, señalan desde Celicidad, es “agradecer a través de la visibilidad, el esfuerzo que realizan los restauradores por ofrecer un servicio de la máxima calidad apto para celiacos, sin contaminación y sin errores que puedan dañar la salud de los pacientes”.